基督徒斯多亞式心靈操練——屬靈爭戰研習文本

DEI KRISTIAN-STOIK MENDA TRENING — SPIRITU BATAL STUDI TEKST

- Frank Leo 劉宗唐 משה הלוי *Φραγκίσκος Μωυσῆς Λευίτάκης*
משה לוין (לעווין)

第一部分 / PATI WAN: 基督徒斯多亞心態——抵抗怒氣、恐懼、悲傷、情慾、貪婪

PARTI WAN: DEI KRISTIAN-STOIK MENDA — AGENS ANGA, FIA, SORO, LUST, GRID

第一課 / LESON WAN: 勝過怒氣 / OVAKOM ANGA (Overcoming Anger)

經文 / SKRIPTURA 1: 箴言 Proverbs 16:32

原文希伯來文 (Original Hebrew Text / Orijinal Hibru Tekst):

טוֹב אֶרֶךְ אַפַּיִם מִגִּבּוֹר וּמֹשֵׁל בְּרוּחוֹ מִלֹּכֵד עִיר

音譯 / Transliterashon:

Ṭov 'erekh 'appayim miggibor, umoshel beruḥo millokhéd 'ir.

翻譯:

「不輕易發怒的，勝過勇士；治服己心的，強如取城。」"He who is slow to anger is better than the mighty, and he who rules his spirit than he who captures a city."

七十士譯本希臘文 (Septuagint Greek / Septuajint Grik):

κρείσσων ἀνὴρ μακρόθυμος ἢ ἰσχυρός, ὁ δὲ κρατῶν ὀργῆς κρείσσων καταλαμβανομένου πόλιν.

音譯 / Transliterashon:

Kreissōn anēr makrothymos ē ischyros, ho de kratōn orgēs kreissōn katalambanomenou polin.

翻譯:

「有耐心的人勝過強壯的；克制怒氣的人勝過攻取城池的。」

釋義 / EKSIJISIS:

DEI MENDA SU KONTROL ANGA — DEI MAN HU EZ SLOU SU ANGA, EZ BETER DAN DEI STRON SOJA. KIN DEI SPIRITU, HU KONTROL HIMSEF EZ BETER DAN HU KAPCHA DEI SITI.

此經文教導我們：管理怒氣的能力是真正的力量。在基督徒斯多亞思想中（Christian Stoic thought），我們看見聖經早已教導 ἀπάθεια（apatheia，免於被激情支配的自由），但並非消滅情感，而是讓聖靈治理我們的心。希伯來文 אֶרֶךְ אַפַּיִם（'erekh 'appayim）字面意為「鼻孔的延長」——意即在怒氣上升至面部之前，延遲其爆發。מֹשֵׁל בְּרוּחוֹ（moshel beruḥo）意為「統管自己的靈」，使用了統治者的動詞（mashal），將自我管理比作君王治國。

Dis skriptura tich os: dei powa su kontrol anga ez dei tru stren. Kin dei Kristian-Stoik tinking, wi si dei Baibel olredi tich apatheia (fri fra pashon kontrol), bot not su kil

emoshon — bot su let dei Holi Spirit rul owa awa hat. Dei Hibru wod 'erekh 'appayim min "dei strechin ov dei nostril" — minin dilei dei anga bifo it eksplod. Moshel beruḥo min "rul ova wan spirit," yusin dei vob ov kingly rul (mashal), kompairin self-kontrol su dei rul ov a king.

經文 / SKRIPTURA 2: 雅各書 James 1:19-20
新約希臘文 (Koine Greek / Koini Grik):

Ἴστε, ἀδελφοί μου ἀγαπητοί· ἔστω δὲ πᾶς ἄνθρωπος ταχὺς εἰς τὸ ἀκοῦσαι, βραδὺς εἰς τὸ λαλῆσαι, βραδὺς εἰς ὀργήν· ὀργὴ γὰρ ἀνδρὸς δικαιοσύνην θεοῦ οὐκ ἐργάζεται.

音譯 / Transliterashon:

Iste, adelphoi mou agapētoi; estō de pas anthrōpos tachys eis to akousai, bradys eis to lalēsai, bradys eis orgēn; orgē gar andros dikaiosynēn theou ouk ergazetai.

敘利亞文/別西大譯本 (Peshitta Syriac / Peshita Suriyani):

ܐܬܘܢ ܚܒܪܘܬܝ ܚܒܝܒܝ ܗܘ ܟܠ ܒܪ ܐܢܫܐ ܠܡܫܡܥ ܒܥܓܠܐ ܘܠܡܡܠܠ ܒܡܗܝܢܘܬܐ ܘܠܪܓܙ ܒܡܗܝܢܘܬܐ ܕܪܓܙܐ ܓܒܪ ܠܐ ܥܒܕ ܙܕܝܩܘܬܗ ܕܐܠܗܐ

音譯 / Transliterashon:

Hwaytown deyn kul nash qalil l'meshma', wamhal l'mallalu, wamhal l'rugza. Rugzeh geyr d'gavra zadiqutheḥ d'Alaha la 'aved.

翻譯:

「我親愛的弟兄們，你們要知道：每個人都要快快地聽，慢慢地說，慢慢地動怒；因為人的怒氣並不成就上帝的義。」"Know this, my beloved brothers: let every person be quick to hear, slow to speak, slow to anger; for the anger of man does not produce the righteousness of God."

釋義 / EKSIJISIS:

DEI GROSA WOZDOM: BI KWIK SU HIA, SLOU SU TOK, SLOU SU ANGA. BIKOS DEI ANGA OV MAN NAI WOKENOT DEI RAIT-CHUS-NES OV GOD.

希臘文 βραδύς（bradys,「慢」）與 ταχύς（tachys,「快」）形成對比。我們應當在聆聽上迅速——對上帝的話語敞開耳朵——但在說話和發怒上緩慢。ὀργή（orgē）指持續的、深層的憤怒，區別於 θυμός（thymos）的短暫怒火。敘利亞文用 ܪܘܓܙܐ（rugza）表達怒氣，此字根含有「震動」之意——怒氣使靈魂震蕩。

Dei Grik wod bradys ("slou") kontrast wid tachys ("kwik"). Wi shud bi kwik kin lisening — opin ia su God wod — bot slou kin toking en slou kin anga. Orgē min "lasting, dip anga," diferen fra thymos (shot bost ov anga). Dei Suriyani wod rugza ekspres anga, wid a rut minin "su sheik" — anga sheik dei sol.

第二課 / LESON TU: 勝過恐懼 / OVAKOM FIA (Overcoming Fear)

經文 / SKRIPTURA 3: 以賽亞書 **Isaiah 41:10**
原文希伯來文 (Original Hebrew Text):

אַל־תִּירָא כִּי עִמְּךָ־אָנִי אַל־תִּשְׁתָּע כִּי־אֲנִי אֱלֹהֶיךָ אִמַּצְתִּיךָ אַף־עֲזַרְתִּיךָ אַף־תְּמַכְתִּיךָ בִּימִין צִדְקִי

音譯 / Transliterashon:

'Al-tira' ki 'immekha-'ani; 'al-tishta' ki-'ani 'Elohekha. 'Immatstikhá 'af-'azartikhá 'af-temakhtikhá bimin tsidqi.

翻譯:

「你不要害怕，因為我與你同在；不要驚惶，因為我是你的上帝。我必堅固你，我必幫助你，我必用我公義的右手扶持你。」"Fear not, for I am with you; be not dismayed, for I am your God. I will strengthen you, I will help you, I will uphold you with my righteous right hand."

七十士譯本希臘文 (Septuagint Greek):

μὴ φοβοῦ, μετὰ σοῦ γάρ εἰμι· μὴ πλανῶ, ἐγὼ γάρ εἰμι ὁ θεός σου ὁ ἐνισχύσας σε καὶ ἐβοήθησά σοι καὶ ἠσφαλισάμην σε τῇ δεξιᾷ τῇ δικαίᾳ μου.

音譯 / Transliterashon:

Mē phobou, meta sou gar eimi; mē planō, egō gar eimi ho theos sou ho enischysas se kai eboēthēsa soi kai ēsphalisamēn se tē dexia tē dikaia mou.

釋義 / EKSIJISIS:

GOD SEI: "NOT FIA, BIKOS AI EZ WID YU." DEI TRIFOL PROMIS: AI WIL STRENTEN YU, AI WIL HELP YU, AI WIL HOLD YU OP WID MAI RAITCHUS RAIT HAND.

希伯來文中三個連續的動詞構成了上帝三重的保證：אִמַּצְתִּיךָ（'immatstikhá，堅固你）、עֲזַרְתִּיךָ（'azartikhá，幫助你）、תְּמַכְתִּיךָ（temakhtikhá，扶持你）。每個動詞後都加了第二人稱陽性單數後綴 ךָ（-khá），表明這是上帝對你個人的親密應許。אַל־תִּירָא（'al-tira'）是禁止語氣——上帝在命令你不要懼怕，因為恐懼與信心不能並存。

Kin dei Hibru, tri vobs mek God's tripl promis: 'immatstikhá (strenten yu), 'azartikhá (help yu), temakhtikhá (hold yu op). Ech vob hav dei sekon posen maskulin singula sufiks -khá, shoin dis ez God's posonal, intimet promis su YU. 'Al-tira' ez a prohibishon — God EZ KOMANDING yu not su fia, bikos fia en feith kanat koeksist.

經文 / SKRIPTURA 4: 提摩太後書 2 Timothy 1:7

新約希臘文 (Koine Greek):

οὐ γὰρ ἔδωκεν ἡμῖν ὁ θεὸς πνεῦμα δειλίας, ἀλλὰ δυνάμεως καὶ ἀγάπης καὶ σωφρονισμοῦ.

音譯 / Transliterashon:

Ou gar edōken hēmin ho theos pneuma deilias, alla dynameōs kai agapēs kai sōphronismou.

敘利亞文/別西大譯本 (Peshitta Syriac):

ܠܐ ܒܟܕ ܢܗܝܒ ܠܢ ܐܠܗܐ ܪܘܚܐ ܕܕܚܠܬܐ ܐܠܐ ܕܚܝܠܐ ܘܕܚܘܒܐ ܘܕܢܚܦܘܬܐ

音譯 / Transliterashon:

La geyr yahv lan Alaha ruḥa d'deḥltha, ela d'ḥayla wad'ḥuba wad'nakhputha.

翻譯:

「因為上帝賜給我們的，不是膽怯的靈，乃是剛強、仁愛、自律的靈。」"For God has not given us a spirit of fear, but of power and of love and of a sound mind (self-discipline)."

釋義 / EKSIJISIS:

GOD NAI GIV OS DEI SPIRIT OV FIA (deilias / ܕܕܚܠܬܐ deḥltha). HI GIV OS: (1) POWA (δυνάμεως / ܚܝܠܐ ḥayla), (2) LOV (ἀγάπης / ܚܘܒܐ ḥuba), (3) SELF-KONTROL (σωφρονισμοῦ / ܢܚܦܘܬܐ nakhputha).

希臘文 σωφρονισμός（sōphronismos）是斯多亞哲學核心概念 σωφροσύνη（sōphrosynē，節制/自律）的衍生詞。上帝所賜的靈不是使我們陷入恐懼、憂慮和癱瘓的靈，乃是使我們以紀律、勇氣和愛去行動的靈。敘利亞文 ܢܚܦܘܬܐ（nakhputha）帶有「莊嚴自持」的含義，強調一種神聖的端正。

Dei Grik wod sōphronismos ez rileitid su dei Stoik koa konsept sōphrosynē (temperens/self-disiplin). Dei spirit God giv os iz not wan dat mek os fia, worri, en paralyze — bot wan dat mek os akt wid disiplin, kurej, en lov. Dei Suriyani wod nakhputha kari dei minin ov "dignaifaid self-composhor," stressing a holi proprieti.

第三課 / LESON TRI: 勝過悲傷 / OVAKOM SORO (Overcoming Sadness)

經文 / SKRIPTURA 5: 詩篇 Psalm 34:18 (LXX: Psalm 33:19)
原文希伯來文 (Original Hebrew Text):

קָרוֹב יְהוָה לְנִשְׁבְּרֵי־לֵב וְאֶת־דַּכְּאֵי־רוּחַ יוֹשִׁיעַ

音譯 / Transliterashon:

Qarov YHWH lenishberei-lev, we'et-dakke'ei-ruaḥ yoshia'.

翻譯:

「耶和華靠近傷心的人，拯救靈性痛悔的人。」"The LORD is near to the brokenhearted and saves those who are crushed in spirit."

七十士譯本希臘文 (Septuagint Greek — Ps 33:19):

ἐγγὺς κύριος τοῖς συντετριμμένοις τὴν καρδίαν καὶ τοὺς ταπεινοὺς τῷ πνεύματι σώσει.

音譯 / Transliterashon:

Engys kyrios tois syntetrimmenois tēn kardian kai tous tapeinous tō pneumati sōsei.

釋義 / EKSIJISIS:

GOD EZ KLOZ SU DEI BROKN-HATID EN SEV DEI KROSHD KIN SPIRIT.

希伯來文 לְנִשְׁבְּרֵי־לֵב（lenishberei-lev）由 שָׁבַר（shavar,「打碎」）的被動分詞構成。這不是軟弱——這是被生命打碎的經歷。上帝不遠離碎裂的心，反而靠近（קָרוֹב qarov）。七十士譯本用 συντετριμμένοις（syntetrimmenois）——徹底被壓碎的——表達更深的破碎。דַּכְּאֵי（dakke'ei,「碎如塵土的」）比שָׁבַר更深一層。上帝不是在我們堅強時才接近，而是在我們最破碎時最為親近。

Dei Hibru wod lenishberei-lev kam fra shavar ("su brek kin pisis"). Dis ez not wiknes — dis ez dei ekspirians ov biin brokn nai laif. God iz not far fra dei brokn hat, bot kloz (qarov). Dei Septuajint yuz syntetrimmenois — "kompletli kroshd" — ekspres dipa brokenness. Dakke'ei ("kroshd su dost") go dipa dan shavar. God iz not kloz wen wi strong — Hi ez MOST KLOZ wen wi MOST BROKN.

第四課 / LESON FO: 勝過情慾 / OVAKOM LUST (Overcoming Lust)

經文 / SKRIPTURA 6: 加拉太書 **Galatians 5:16-17**
新約希臘文 (Koine Greek):

Λέγω δέ, πνεύματι περιπατεῖτε καὶ ἐπιθυμίαν σαρκὸς οὐ μὴ τελέσητε. ἡ γὰρ σὰρξ ἐπιθυμεῖ κατὰ τοῦ πνεύματος, τὸ δὲ πνεῦμα κατὰ τῆς σαρκός· ταῦτα γὰρ ἀλλήλοις ἀντίκειται, ἵνα μὴ ἃ ἐὰν θέλητε ταῦτα ποιῆτε.

音譯 / Transliterashon:

Legō de, pneumati peripateite kai epithymian sarkos ou mē telesēte. Hē gar sarx epithymei kata tou pneumatos, to de pneuma kata tēs sarkos; tauta gar allēlois antikeitai, hina mē ha ean thelēte tauta poiēte.

敘利亞文/別西大譯本 (Peshitta Syriac):

ܐܡܪ ܐܢܐ ܕܒܪܘܚ ܗܠܟܘ ܘܪܓܬܐ ܕܒܣܪܐ ܠܐ ܬܫܡܠܘܢ. ܒܣܪܐ ܓܥܝܪ ܪܥܝܓ ܠܘܩܚ ܪܘܚܐ ܘܪܘܚܐ ܠܘܩܚ ܒܣܪܐ.

ܓ݂ܰܡ݂ܰܪ ܢ݂ܰܐ ܕ݂ܶܝܢ ܒ݂ܪ݂ܽܘܚ ܗ݂ܰܠ݂ܶܟ݂ܽܘ ܘ݂ܪ݂ܶܓ݂ܬ݂ܰܐ ܕ݂ܒ݂ܶܣ݂ܪ݂ܰܐ ܠ݂ܳܐ ܬ݂ܫ݂ܰܡ݂ܠ݂ܽܘܢ. ܒ݂ܶܣ݂ܪ݂ܰܐ ܓ݂ܰܝ݂ܪ݂ ܪ݂ܰܥ݂ܶܝ݂ܓ݂ ܠ݂ܽܘܩ݂ܚ݂ ܪ݂ܽܘܚ݂ܰܐ ܘ݂ܪ݂ܽܘܚ݂ܰܐ ܠ݂ܽܘܩ݂ܚ݂ ܒ݂ܶܣ݂ܪ݂ܰܐ.

音譯 / Transliterashon:

'Amar 'na deyn b'ruḥ hallekhu w'regtha d'vesra la tshamluun. Besra geyr ra'eg luqval ruḥa w'ruḥa luqval besra.

翻譯:

「我說：你們當順著聖靈而行，就不會放縱肉體的情慾了。因為肉體的情慾和聖靈相爭，聖靈和肉體相爭，這兩個是彼此相敵，使你們不能做所願意做的。」"But I say, walk by the Spirit, and you will not gratify the desires of the flesh. For the desires of the flesh are against the Spirit, and the desires of the Spirit are against the flesh, for these are opposed to each other, to keep you from doing the things you want to do."

釋義 / EKSIJISIS:

WOK KIN DEI SPIRIT EN YU NAI NOT SATISFAI DEI DIZAIA OV DEI FLESH.

希臘文 περιπατεῖτε（peripateite,「行走」）是持續的現在時命令語氣——不是一次性的決定，而是持續不斷地在聖靈中行走。ἐπιθυμία（epithymia,「慾望」）與斯多亞哲學中的 πάθη（pathē,「激情」）相對應。保羅教導的不是壓抑肉體（那是禁慾主義），而是被聖靈充滿至使肉體的慾望自然失去力量。敘利亞文 ܪ݂ܶܓ݂ܬ݂ܳܐ（regtha,「渴望/慾望」）和 ܒ݂ܶܣ݂ܪ݂ܳܐ（besra,「肉體」）之間的鬥爭，正是每一個信徒每日面對的屬靈實境。

Dei Grik wod peripateite ("wok") ez kontinius prezent impratif — not a wan-taim desishon, bot ongouin woking kin dei Spirit. Epithymia ("dizaia") korespond su dei Stoik pathē ("pashons"). Pol tich not supreshon ov dei flesh (dat iz asetisizm), bot biin fild wid dei Spirit so dat dei flesh dizaia nachurali luz powa. Dei Suriyani wod regtha ("longin/dizaia") en besra ("flesh") batal iz dei deli spiritual realiti ov evri biliva.

第五課 / LESON FAIV: 勝過貪婪 / OVAKOM GRID (Overcoming Greed)

經文 / SKRIPTURA 7: 提摩太前書 1 Timothy 6:6-10

新約希臘文 (Koine Greek) — v.6, 10:

Ἔστιν δὲ πορισμὸς μέγας ἡ εὐσέβεια μετὰ αὐταρκείας... ῥίζα γὰρ πάντων τῶν κακῶν ἐστιν ἡ φιλαργυρία.

音譯 / Transliterashon:

Estin de porismos megas hē eusebeia meta autarkeias... rhiza gar pantōn tōn kakōn estin hē philargyria.

敘利亞文/別西大譯本 (Peshitta Syriac) — v.6, 10:

ܐܝܬܘܗܝ ܕܝܢ ܬܓܘܪܬܐ ܪܒܬܐ ܕܐܠܗܐ ܥܡ ܕܣܦܩ ... ܥܩܪܐ ܓܝܪ ܕܚܠ ܒܫܬ ܪܚܡܐ ܕܣܦܐ

音譯 / Transliterashon:

'Itawhy deyn tegurta rabtha deḥlat Alaha 'am ma d'safeq... 'eqara geyr d'khul bishata reḥmat kespa.

翻譯:

「然而，敬虔加上知足的心便是大利了……因為貪財是萬惡之根。」"But godliness with contentment is great gain... For the love of money is a root of all kinds of evils."

釋義 / EKSIJISIS:

GODLINES WID KONTENMENT EZ GRET GEIN. DEI LOV OV MANI EZ DEI RUT OV OL KAINDZ OV IVIL.

希臘文 αὐτάρκεια（autarkeia,「知足/自足」）正是斯多亞哲學的核心美德之一——不依賴外在事物而得到內在的滿足。但保羅將其提升：基督徒的 autarkeia 不是靠自己的意志力，而是靠上帝的供應（腓立比書 4:11-13）。φιλαργυρία（philargyria,「愛銀子」）——貪婪的本質是把受造物放在造物主之上。敘利亞文 ܪܚܡܬ ܟܣܦܐ（reḥmat kespa,「對銀子的愛」）直譯表達了同樣的意思。

Dei Grik wod autarkeia ("kontenment/self-sufishensi") ez wan ov dei Stoik koa votius — inerna satisfakshon widout rilaians on eksterna tings. Bot Pol eleveit dis: Kristian autarkeia iz not nai wan's oun wil-powa, bot nai God's provishon (Filipians 4:11-13). Philargyria ("lov ov silva") — dei essens ov grid ez putin kreashon abov dei Krieta. Dei Suriyani reḥmat kespa ("lov ov silva") ekspres dei seim minin.

第二部分 / PATI TU: 基督精兵——屬靈爭戰

PARTI TU: DEI SOJA OV KRAIST — SPIRITUAL BATAL

第六課 / LESON SIKS: 穿戴上帝的全副軍裝 / PUT ON DEI FUL ARMA OV GOD

經文 / SKRIPTURA 8: 以弗所書 **Ephesians 6:11-13**

新約希臘文 (Koine Greek):

ἐνδύσασθε τὴν πανοπλίαν τοῦ θεοῦ πρὸς τὸ δύνασθαι ὑμᾶς στῆναι πρὸς τὰς μεθοδείας τοῦ διαβόλου· ὅτι οὐκ ἔστιν ἡμῖν ἡ πάλη πρὸς αἷμα καὶ σάρκα, ἀλλὰ πρὸς τὰς ἀρχάς, πρὸς τὰς ἐξουσίας, πρὸς τοὺς κοσμοκράτορας τοῦ σκότους τούτου, πρὸς τὰ πνευματικὰ τῆς πονηρίας ἐν τοῖς ἐπουρανίοις. διὰ τοῦτο ἀναλάβετε τὴν πανοπλίαν τοῦ θεοῦ, ἵνα δυνηθῆτε ἀντιστῆναι ἐν τῇ ἡμέρᾳ τῇ πονηρᾷ καὶ ἅπαντα κατεργασάμενοι στῆναι.

音譯 / Transliterashon:

Endysasthe tēn panoplian tou theou pros to dynasthai hymas stēnai pros tas methodeias tou diabolou; hoti ouk estin hēmin hē palē pros haima kai sarka, alla pros tas archas, pros tas exousias, pros tous kosmokratoras tou skotous toutou, pros ta pneumatika tēs ponērias en tois epouraniois. Dia touto analabete tēn panoplian tou theou, hina dynēthēte antistēnai en tē hēmera tē ponēra kai hapanta katergasamenoi stēnai.

敘利亞文/別西大譯本 (Peshitta Syriac):

ܠܟ ܥܛܦܕܒ ܕܒܟܘ ܕܒܚܫܡ ܟܡܘܢ ܟܡܘ ܟܡܦܛܟ ܕܒܠܚܕܝܬ. ܡܛܠ ܕܠܐ ܐܝܬ ܠܢ ܐܢܫ ܥܡ ܒܣܪ ܘܕܡ ܐܠܐ ܥܡ ܐܪܟܘܢ ܘܥܡ ܫܘܠܛܢ ܘܥܡ ܐܚܝ ܥܠܡ ܕܝܠ ܫܘܟܐ ܗܢܐ ܘܥܡ ܪܘܙ ܒܫܬܐ ܕܫܡܝܐ ܗܢܘܢ

音譯 / Transliterashon:

Lvashu zayna kulleh d'Alaha d'teshkḥun lamqam luqval tsen'atha d'akhelqartsa. Meṭul d'takhtushun la hwath 'am besra wadma, ela 'am arkhaws w'am shulṭane w'am aḥiday 'alma d'ḥeshukha hana w'am ruḥe bishatha d'athḥeyt shmaya.

翻譯:

「要穿戴上帝所賜的全副軍裝，好叫你們能抵擋魔鬼的詭計。因為我們並不是與屬血氣的爭戰，乃是與那些執政的、掌權的、管轄這幽暗世界的，以及天空屬靈氣的惡魔爭戰。所以要拿起上帝所賜的全副軍裝，好在磨難的日子抵擋仇敵，並且成就了一切，還能站立得住。」

釋義 / EKSIJISIS:

PUT ON DEI PANOPLIA (FUL ARMA) OV GOD SU STAND AGENS DEI METHODEIA (SKIM) OV DEI DEVIL. DEI BATAL EZ NOT AGENS FLESH EN BLOD — BOT AGENS ARKHAI (RULAS), EXOUSIAI (OTORITIZ), KOSMOKRATORAS (WOLD-RULAZ OV DAKNES), PNEUMATIKA TES PONERIAS (SPIRITUAL FOSES OV WIKIDNES) KIN DEI HEVENS.

保羅使用了軍事詞彙：πανοπλία（panoplia）是羅馬士兵的完整裝備；μεθοδείας（methodeias）意為「有系統的詭計/策略」——魔鬼不是隨意攻擊，而是用策略。πάλη（palē）是摔跤——近身肉搏的爭戰，暗示敵人近在咫尺。κοσμοκράτορας（kosmokratoras）——「宇宙的統治者」——在古代占星術文獻中指行星之靈，保羅將此詞用在屬靈黑暗權勢上。敘利亞文 ܐܟܝܠܩܪܬܣܐ（akhelqartsa，「控告者/魔鬼」）字面意為「吞噬控訴」的存在。

Pol yuz militari langwej: panoplia ez dei komplet ekwipment ov a Roman soja; methodeias min "sistematik skim/stratejiz" — dei devil doz not atak randomli, bot yuz stratejis. Palē ez restlin — klos-kombat batal, implaiin dei enemi ez niabar. Kosmokratoras — "rulas ov dei yunivers" — kin ansient astrolojikal teksts dis refa su planetari spirits; Pol aplai dis su darknes pawaz. Dei Suriyani akhelqartsa ("akusa/devil") literali min "dei wan hu devowaz akusashonz."

第七課 / LESON SEVEN: 作基督的精兵 / BI DEI GUD SOJA OV KRAIST

經文 / SKRIPTURA 9: 提摩太後書 2 Timothy 2:3-4

新約希臘文 (Koine Greek):

συνκακοπάθησον ὡς καλὸς στρατιώτης Χριστοῦ Ἰησοῦ. οὐδεὶς στρατευόμενος ἐμπλέκεται ταῖς τοῦ βίου πραγματείαις, ἵνα τῷ στρατολογήσαντι ἀρέσῃ.

音譯 / Transliterashon:

Synkakopathēson hōs kalos stratiōtēs Christou Iēsou. Oudeis strateuomenos empleketai tais tou biou pragmateiais, hina tō stratologēsanti aresē.

敘利亞文/別西大譯本 (Peshitta Syriac):

ܗܲܒܟܲܪ ܟܲܫܬ ܐܲܣܛ̈ܪܛ̈ܝܘܬܵܐ ܛܲܒܬ ܕܝܫܘܥ̱ ܡܫܝܚܵܐ. ܠܵܐ ܢܫܵܢ ܐܲܣܛ̈ܪܛ̈ܝܘܬܵܐ ܡܬܦܲܠܓ ܒܥܒ̈ܘܕܵܐ ܕܥܠܡܵܐ ܕܢܫܦܲܪ ܠܡܲܢ ܕܲܓܒܲܗܝ

音譯 / Transliterashon:

Saybar bishatha aykh 'estraṭiyuṭa ṭava d'Yeshu' Mshiḥa. La nash 'estraṭiyuṭa methpallag ba'vade d'alma d'neshpar l'man dagvayhy.

翻譯:

「你要和我同受苦難，好像基督耶穌的精兵。凡在軍中當兵的，不纏身於世務，為要叫招他當兵的人喜悅。」 "Share in suffering as a good soldier of Christ Jesus. No one serving as a soldier gets entangled in civilian affairs, but rather tries to please his commanding officer."

釋義 / EKSIJISIS:

SOFA WID MI AZ A GUD SOJA (kalos stratiōtēs / ܛܒܬ ܐܲܣܛ̈ܪܛ̈ܝܘܬܵܐ estraṭiyuṭa ṭava) OV KRAIST JIZOS. NO SOJA GET TANGLD KIN SIVILYAN AFEAS.

καλός（kalos）不僅是「好的」，更是「美善的、高貴的」——一個好的戰士不僅有效率，更有品格之美。στρατιώτης（stratiōtēs）來自 στρατεία（strateia，軍事征戰）。ἐμπλέκεται（empleketai，「纏繞」）——如同一個兵若被世務纏身就無法作戰。基督的精兵必須心無旁騖，專注於屬靈的使命。敘利亞文 ܣܒܪ ܒܫܬܐ（saybar bishatha）意為「忍受邪惡/苦難」——忍耐本身就是作戰。

Kalos iz not jost "gud" bot "byutiful, nobl" — a gud soja hav not onli efishensi bot byuti ov karakter. Stratiōtēs kam fra strateia (militari kampein). Empleketai ("entangld") — laik a soja tangld kin woldli afeas kanat fait. Kraist's soja most bi fokus, dedicatid su dei spiritual mishon. Dei Suriyani saybar bishatha min "endua ivil/soferin" — endurans itsef ez warfea.

經文 / SKRIPTURA 10: 彼得前書 **1 Peter 5:8-9**
新約希臘文 (Koine Greek):

Νήψατε, γρηγορήσατε. ὁ ἀντίδικος ὑμῶν διάβολος ὡς λέων ὠρυόμενος περιπατεῖ ζητῶν τινα καταπιεῖν· ᾧ ἀντίστητε στερεοὶ τῇ πίστει.

音譯 / Transliterashon:

Nēpsate, grēgorēsate. Ho antidikos hymōn diabolos hōs leōn ōryomenos peripatei zētōn tina katapiein; hō antistēte stereoi tē pistei.

敘利亞文/別西大譯本 (Peshitta Syriac):

ܗܘ ܕܢܚܐ ܒܗ ܡܫܟܚ ܕܐܢܬ ܐܝܟ ܐܪܝܐ ܗܘ ܕܓܥܐ ܘܡܬܗܠܟ ܒܥܠܡܐ ܒܥܐ ܕܢܒܠܥ ܠܗ ܘܩܘܡܘ ܒܗܝܡܢܘܬܐ ܫܪܝܪܐ

音譯 / Transliterashon:

'Ettti'ru wahwaytun 'ire meṭul d'av'eldvavkhun saṭana aykh arya d'nahem mhalekh uvva'e d'l'man nevla'. Qumu luqval b'haymanuttha ḥaylthanaith.

翻譯:

「務要謹守，警醒。因為你們的仇敵魔鬼，如同吼叫的獅子，遍地遊行，尋找可吞噬的人。你們要用堅固的信心抵擋他。」"Be sober-minded; be watchful. Your adversary the devil prowls around like a roaring lion, seeking someone to devour. Resist him, firm in your faith."

釋義 / EKSIJISIS:

BI SOBA. BI WOCHFUL. YUA ENEMI DEI DEVIL WOK ARAUN LAIK A RORIN LION, LUKIN FO SOMWAN SU DEVAWA. RESIST HIM, STRON KIN FEITH.

νήψατε（nēpsate,「清醒」）原指不醉酒的狀態——屬靈清醒、不麻痺。γρηγορήσατε（grēgorēsate,「儆醒」）——如同守夜的哨兵。這兩個命令是基督精兵的基本姿態：清醒與警覺。ἀντίδικος（antidikos,「對頭/控告者」）是法律用語——魔鬼是在上帝面前控告聖徒的。ἀντίστητε（antistēte,「抵擋」）——不是逃跑，而是站立抵擋。敘利亞文 ܣܛܢܐ（saṭana）直接使用希伯來文的「撒旦」（שָׂטָן，意為「對手」）。

Nēpsate ("bi soba") orijinali min "not dronk" — spiritual kliahednes, not numbnes. Grēgorēsate ("bi wochful") — laik a sentri on gad duti. Dis tu komands ez dei besik poscha ov Kraist's soja: kliahednes en alertnes. Antidikos ("adversari") ez a ligal tom — dei devil ez dei wan hu akuz dei seints bifo God. Antistēte ("resist") — not ron, bot stand en fait. Dei Suriyani saṭana direktli yuz dei Hibru "Satan" (שָׂטָן, minin "adversari").

第三部分（特別段落）/ PATI TRI (SPESHAL SEKSHON):

勝過自殺念頭 / OVAKOM SUISAIDAL TOTS

第八課 / LESON EIT: 上帝靠近破碎的心 / GOD EZ NIA SU DEI BROKN HAT

經文 / SKRIPTURA 11: 詩篇 Psalm 34:17-18 (希伯來文 v.18-19)

原文希伯來文 (Original Hebrew Text — v.18):

קָרוֹב יְהוָה לְנִשְׁבְּרֵי־לֵב וְאֶת־דַּכְּאֵי־רוּחַ יוֹשִׁיעַ

音譯 / Transliterashon:

Qarov YHWH lenishberei-lev, we'et-dakke'ei-ruaḥ yoshia'.

七十士譯本希臘文 (Septuagint Greek — Ps 33:19):

ἐγγὺς κύριος τοῖς συντετριμμένοις τὴν καρδίαν καὶ τοὺς ταπεινοὺς τῷ πνεύματι σώσει.

音譯 / Transliterashon:

Engys kyrios tois syntetrimmenois tēn kardian kai tous tapeinous tō pneumati sōsei.

翻譯:

「耶和華靠近傷心的人，拯救靈性痛悔的人。」"The LORD is near to the brokenhearted and saves those who are crushed in spirit."

釋義 / EKSIJISIS:

GOD EZ NOT FAR FRA YU KIN YUA DAKEST MOMANT. HI EZ **KLOZ** — QAROV / ENGYS. HI **SEV** — YOSHIA / SŌSEI.

當你的心破碎到碎片（נִשְׁבְּרֵי nishberei），當你的靈被壓碎如塵土（דַּכְּאֵי dakke'ei），正是在這最深的絕望中，上帝宣告他是קָרוֹב（qarov，近的）。不是遠在天邊的上帝——而是近到可以觸摸你傷痛的上帝。יוֹשִׁיעַ（yoshia'）——「他必拯救」——這是持續的、確定的應許。你的痛苦不是上帝離棄你的證據；恰恰相反，你的破碎是上帝靠近的邀請。

Wen yua hat brokn intu pisis (nishberei), wen yua spirit kroshd laik dost (dakke'ei), it ez kin dis dipest despea dat God dikleas Hi ez qarov (nia). Not a far-awai God — bot wan kloz inof su toch yua wundz. Yoshia' — "Hi wil sev" — dis ez a kontinius, sotan promis. Yua pein ez NOT evidens dat God abandon yu; dei oposit — yua brokenness ez dei invitashon fo God su kam kloz.

經文 / SKRIPTURA 12: 羅馬書 Romans 8:38-39
新約希臘文 (Koine Greek):

πέπεισμαι γὰρ ὅτι οὔτε θάνατος οὔτε ζωὴ οὔτε ἄγγελοι οὔτε ἀρχαὶ οὔτε ἐνεστῶτα οὔτε μέλλοντα οὔτε δυνάμεις οὔτε ὕψωμα οὔτε βάθος οὔτε τις κτίσις ἑτέρα δυνήσεται ἡμᾶς χωρίσαι ἀπὸ τῆς ἀγάπης τοῦ θεοῦ τῆς ἐν Χριστῷ Ἰησοῦ τῷ κυρίῳ ἡμῶν.

音譯 / Transliterashon:

Pepeismai gar hoti oute thanatos oute zōē oute angeloi oute archai oute enestōta oute mellonta oute dynameis oute hypsōma oute bathos oute tis ktisis hetera dynēsetai hēmas chōrisai apo tēs agapēs tou theou tēs en Christō Iēsou tō kyriō hēmōn.

敘利亞文/別西大譯本 **(Peshitta Syriac):**

ܩܝܡ ܐܝܟ ܕܠܐ ܡܘܬܐ ܐܘ ܚܝܐ ܐܘ ܡܠܐܟܐ ܐܘ ܫܠܝܛܐ ܐܘ ܪܫܝܢ ܐܘ ܚܝܠܐ ܐܘ ܡܬܩܝܡ ܐܘ ܕܐܬܝ ܐܘ ܪܘܡܐ ܐܘ ܥܡܩܐ ܐܘ ܒܪܝܬܐ ܕܠܐ ܢܗܘܐ ܡܦܪܫ ܠܢ ܡܢ ܚܘܒܗ ܕܐܠܗܐ ܕܒܝܫܘܥ ܡܫܝܚܐ ܡܪܢ

音譯 / Transliterashon:

Fis 'na geyr d'la mawta wla ḥaye wla malakhe wla arkhaws wla ḥayle wla qaymatha wla 'thidatha wla rawma wla 'umqa wla britha 'ḥritha meshkḥa d'thafrashan men ḥubeh d'Alaha d'v'Yeshu' Mshiḥa Maran.

翻譯:

「因為我深信：無論是死、是生、是天使、是掌權的、是有能力的、是現在的事、是將來的事、是高處的、是低處的、是別的受造之物，都不能叫我們與上帝的愛隔絕；這愛是在我們的主基督耶穌裡的。」"For I am convinced that neither death nor life, neither angels nor rulers, neither things present nor things to come, nor powers, neither height nor depth, nor anything else in all creation, will be able to separate us from the love of God in Christ Jesus our Lord."

釋義 / EKSIJISIS:

NOTIN — NOT EVEN DET ITSEF — KAN SEPAREIT YU FRA GOD'S LOV.

πέπεισμαι（pepeismai）是完成時態被動語態——保羅「已經被說服了」並且這個確信持續至今。οὔτε... οὔτε...（oute... oute...）的重複列舉涵蓋了一切可能的威脅：死亡、生命、天使、執政的、現在的、將來的、有能力的、高處的、深處的。保羅用了十個「既不」來確保沒有任何遺漏。χωρίσαι（chōrisai,「隔絕」）——沒有任何力量能夠切斷你與上帝之愛的聯繫。

對正在掙扎的你說 **/ SU YU HU EZ STROGLIN:**

當黑暗的思想說「結束一切比較好」時，記住：這個聲音不是真理。真理是——就算在你最痛苦的時刻，上帝的愛仍然環繞著你，沒有任何事物能切斷這份愛。你的痛苦是真實的，但它不是永恆的。上帝的愛才是永恆的。

Wen dei dark tots sei "it beter su end evritin," rimemba: dat vois ez NOT dei trut. Dei trut ez — even kin yua most peinful momant, God's lov stil surawnd yu, en NOTIN kan kot dat lov. Yua pein ez riel, bot it ez not etonal. God's lov IZ etonal.

經文 / SKRIPTURA 13: 耶利米書 **Jeremiah 29:11**
原文希伯來文 (Original Hebrew Text):

כִּי אָנֹכִי יָדַעְתִּי אֶת־הַמַּחֲשָׁבֹת אֲשֶׁר אָנֹכִי חֹשֵׁב עֲלֵיכֶם נְאֻם־יְהוָה מַחְשְׁבוֹת שָׁלוֹם וְלֹא לְרָעָה לָתֵת לָכֶם אַחֲרִית וְתִקְוָה

音譯 / Transliterashon:

Ki 'anokhi yada'ti 'et-hammaḥashavot 'asher 'anokhi ḥoshev 'aleikhem ne'um-YHWH, maḥshevot shalom welo' lera'ah, latet lakhem 'aḥarit wetikvah.

七十士譯本希臘文 (Septuagint Greek — Jer 36:11 LXX):

καὶ λογιοῦμαι ἐφ᾽ ὑμᾶς λογισμὸν εἰρήνης καὶ οὐ κακά, τοῦ δοῦναι ὑμῖν ταῦτα.

音譯 / Transliterashon:

Kai logisoumai eph' hymas logismon eirēnēs kai ou kaka, tou dounai hymin tauta.

翻譯:

「耶和華說：我知道我向你們所懷的意念，是賜平安的意念，不是降災禍的意念，要叫你們末後有指望。」"For I know the plans I have for you, declares the LORD, plans for peace/wholeness and not for evil, to give you a future and a hope."

釋義 / EKSIJISIS:

GOD SEI: "AI NOH DEI PLANZ AI HAV FO YU — PLANZ OV SHALOM (PEES/HOLNES), NOT IVIL — SU GIV YU A FUCHA EN A HOP."

מַחְשְׁבוֹת שָׁלוֹם（maḥshevot shalom）——上帝對你的計畫是 שָׁלוֹם（shalom）的計畫。Shalom 不僅是「平安」，更是「完整、健全、昌盛」——上帝計畫你的完整。אַחֲרִית וְתִקְוָה（'aḥarit wetikvah）——「末後與盼望」——你的故事不是在這裡結束。上帝為你準備了一個未來（'aḥarit，字面意為「末後/結局」）和盼望（tikvah，字面意為「繩子」——如同從深坑中垂下的繩子，讓你可以抓住）。

Maḥshevot shalom — God's planz fo yu ez planz ov shalom. Shalom iz not jost "pees" bot "holnes, kompletnes, thraiving" — God plan yua kompletnes. 'Aḥarit wetikvah — "end en hop" — yua stori doz NOT end hia. God haz prepead a fucha ('aḥarit, literali "end/konklushon") en hop (tikvah, literali "rop" — laik a rop sent daun intu a dip pit fo yu su hold on su).

經文 / SKRIPTURA 14: 腓立比書 **Philippians 4:6-7, 13**
新約希臘文 (Koine Greek) — v.6-7:

μηδὲν μεριμνᾶτε, ἀλλ᾽ ἐν παντὶ τῇ προσευχῇ καὶ τῇ δεήσει μετὰ εὐχαριστίας τὰ αἰτήματα ὑμῶν γνωριζέσθω πρὸς τὸν θεόν· καὶ ἡ εἰρήνη τοῦ θεοῦ ἡ ὑπερέχουσα πάντα νοῦν φρουρήσει τὰς καρδίας ὑμῶν καὶ τὰ νοήματα ὑμῶν ἐν Χριστῷ Ἰησοῦ.

音譯 / Transliterashon:

Mēden merimnate, all' en panti tē proseuchē kai tē deēsei meta eucharistias ta aitēmata hymōn gnōrizesthō pros ton theon; kai hē eirēnē tou theou hē hyperechousa panta noun phrourēsei tas kardias hymōn kai ta noēmata hymōn en Christō Iēsou.

v.13:

πάντα ἰσχύω ἐν τῷ ἐνδυναμοῦντί με.

音譯 / Transliterashon:

Panta ischyō en tō endynamounti me.

敘利亞文/別西大譯本 (Peshitta Syriac) — v.6-7:

ܒܠܐ ܡܕܡ ܕܐܝܬ ܠܗ ܦܘܪܫܢܐ ܐܠܐ ܒܟܠ ܡܕܡ ܒܨܠܘܬܐ ܘܒܒܥܘܬܐ ܥܡ ܬܘܕܝܬܐ ܬܬܝܕܥ ܒܥܝܢ̈ܝܟܘܢ ܩܕܡ ܐܠܗܐ ܘܫܠܡܐ ܕܐܠܗܐ ܕܥܠ ܟܠ ܡܢ ܕܡܬܠ ܠܗ ܢܛܪ ܠܒܒܟܘܢ ܘܡܕܥܝܟܘܢ ܒܡܫܝܚܐ ܝܫܘܥ.

音譯 / Transliterashon (v.6-7):

Wla te'ṣpun b'medem, ela b'khul medem baṣlutha wavva'utha 'am tawditha she'lathkhun nethid'an lwath Alaha. W'shayneh d'Alaha haw d'men kul re'yan myattar neṭar lebbawathkhun wmad'aykhun b'Yeshu' Mshiḥa.

v.13 敘利亞文:

ܟܠ ܡܕܡ ܡܫܟܚ ܠܝ ܒܡܫܝܚܐ ܕܡܚܝܠ ܠܝ

音譯 / Transliterashon (v.13):

Kul medem meshkaḥ 'na ba'Mshiḥa d'amḥayel li.

翻譯:

「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴上帝。上帝所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裡保守你們的心懷意念。」(v.6-7)「我靠著那加給我力量的，凡事都能做。」(v.13) "Do not be anxious about anything, but in everything by prayer and supplication with thanksgiving let your requests be made known to God. And the peace of God, which surpasses all understanding, will guard your hearts and your minds in Christ Jesus." (v.6-7) "I can do all things through him who strengthens me." (v.13)

釋義 / EKSIJISIS:

NOT BI ANGSHUS ABAUT ENITIN. KIN EVRITIN — PREIA, ASK, GIV TANKS — EN DEI PEES OV GOD WIL **GAD** (φρουρήσει / ܢܛܪ neṭar) YUA HAT EN MAIND KIN KRAIST. AI KAN DU OL TINGS TRU HIM HU STRENTENS MI.

μεριμνᾶτε(merimnate)是命令「不要焦慮」——此字根的意思是「被撕成碎片」，焦慮就是心靈被撕裂的狀態。φρουρήσει(phrourēsei,「保衛」)是軍事用語——上帝的平安像衛兵一樣看守你的心(καρδίας kardias)和你的意念(νοήματα noēmata)。這正是對抗自殺念頭的屬靈武器:將你破碎的思想交給上帝，讓他的平安包圍你的心思。敘利亞文 ܢܛܪ(neṭar)意為「守衛/保護」，ܫܠܝܐ(shayneh)意為「他的平安」——上帝自己的平安成為你心思的保護者。

Merimnate ez a komand "not bi angshus" — dei wod rut min "biin ton intu pisis," angsieti ez dei stat ov dei sol biin ton. Phrourēsei ("gad") ez militari langwej — God's pees laik a gad stashond ova yua hat (kardias) en yua maind (noēmata). Dis ez dei spiritual wepon agens suisaidal tots: giv yua brokn tots su God, en let His pees surawnd yua maind. Dei Suriyani neṭar min "gad/protek," shayneh min "His pees" — God's oun pees bikoms dei protekta ov yua tots.

πάντα ἰσχύω(panta ischyō)——「我有力量面對一切」——ἰσχύω 表示「有力量/有能力」。ἐν τῷ ἐνδυναμοῦντί(en tō endynamounti)——「在那持續賦予我能力的裡面」——這是現

在分詞，表示上帝的加力是持續不斷的。你不需要靠自己的力量活過今天。上帝此刻正在給你力量。

Panta ischyō — "Ai hav stren fo evritin" — ischyō min "hav stren/powa." En tō endynamounti — "kin dei wan hu kontinius empowarin mi" — dis ez prezent partisipel, minin God's strentening ez ONGOUIN. Yu doz not niid yua oun stren su liv tru tudei. God EZ RAITNAU givin yu stren.

經文 / SKRIPTURA 15: 詩篇 Psalm 139:7-12
原文希伯來文 (Original Hebrew Text — 節選 v.7-8, 11-12):

אָנָה אֵלֵךְ מֵרוּחֶךָ וְאָנָה מִפָּנֶיךָ אֶבְרָח אִם־אֶסַּק שָׁמַיִם שָׁם אָתָּה וְאַצִּיעָה שְׁאוֹל הִנֶּךָּ ... וָאֹמַר אַךְ־חֹשֶׁךְ יְשׁוּפֵנִי וְלַיְלָה אוֹר בַּעֲדֵנִי גַּם־חֹשֶׁךְ לֹא־יַחְשִׁיךְ מִמֶּךָּ וְלַיְלָה כַּיּוֹם יָאִיר כַּחֲשֵׁיכָה כָּאוֹרָה

音譯 / Transliterashon:

'Anah 'elekh meruḥekha we'anah mipanekha 'ebraḥ? 'Im-'essaq shamayim sham 'attah we'atsi'ah she'ol hinnekka. Wa'omar 'akh-ḥoshekh yeshufeni welaylah 'or ba'adeni. Gam-ḥoshekh lo-yaḥshikh mimmekka welaylah kayyom ya'ir kaḥasheikhah ka'orah.

七十士譯本希臘文 (Septuagint Greek — Ps 138:7-8, 11-12):

ποῦ πορευθῶ ἀπὸ τοῦ πνεύματός σου καὶ ἀπὸ τοῦ προσώπου σου ποῦ φύγω; ἐὰν ἀναβῶ εἰς τὸν οὐρανόν, σὺ εἶ ἐκεῖ· ἐὰν καταβῶ εἰς τὸν ᾅδην, πάρει. ... καὶ εἶπα Ἄρα σκότος καταπατήσει με, καὶ νὺξ φωτισμὸς ἐν τῇ τρυφῇ μου· ὅτι σκότος οὐ σκοτισθήσεται ἀπὸ σοῦ, καὶ νὺξ ὡς ἡμέρα φωτισθήσεται· ὡς τὸ σκότος αὐτῆς, οὕτως καὶ τὸ φῶς αὐτῆς.

音譯 / Transliterashon:

Pou poreuthō apo tou pneumatos sou kai apo tou prosōpou sou pou phygō? Ean anabō eis ton ouranon, sy ei ekei; ean katabō eis ton hadēn, parei. Kai eipa Ara skotos katapatēsei me, kai nyx phōtismos en tē tryphē mou; Hoti skotos ou skotisthēsetai apo sou, kai nyx hōs hēmera phōtisthēsetai; hōs to skotos autēs, houtōs kai to phōs autēs.

翻譯:

「我往哪裡去躲避你的靈？我往哪裡逃躲避你的面？我若升到天上，你在那裡；我若在陰間下榻，你也在那裡。……我若說：『黑暗必定遮蔽我，我周圍的亮光必成為夜晚。』黑暗也不能遮蔽我使你不見；黑夜卻如白晝發亮；黑暗和光明，在你看來都是一樣。」

釋義 / EKSIJISIS:

WEA KAN AI GO FRA YUA SPIRIT? WEA KAN AI FLIE FRA YUA FEIS? IF AI GO OP SU HEVEN — YU DEA. IF AI MEK MAI BED KIN DEI GREIV (שְׁאוֹל she'ol / ᾅδηv hadēn) — YU DEA. EVEN DEI DAKNES EZ NOT DAK SU YU. DEI NAIT SHAIN LAIK DEI DEI.

這是對自殺念頭最深的回應之一。שְׁאוֹל（She'ol）——死者的居所——即使你去到那裡，上帝也在。這意味著：死亡不是逃離痛苦的出路，因為上帝無處不在。但這同時也是最大的安慰：即使在你最黑暗的時刻，上帝也沒有離開你。黑暗（חֹשֶׁךְ ḥoshekh）在上帝眼中如同光明（אוֹרָה 'orah）。你正在經歷的黑暗，上帝看得見，而他就在其中。

Dis ez wan ov dei dipest responds su suisaidal tots. She'ol — dei pleis ov dei ded — even if yu go dea, God EZ DEA. Dis min: det ez NOT an eskeip fra pein, bikos God ez evriwea. Bot dis iz also dei gretest komfot: even kin yua dakest momant, God haz NOT left yu. Daknes (ḥoshekh) kin God's aiz ez laik lait ('orah). Dei daknes yu ekspiriansin — God siz it, en Hi ez IN IT wid yu.

經文 / SKRIPTURA 16: 以賽亞書 **Isaiah 43:1-2**

原文希伯來文 (Original Hebrew Text):

אַל־תִּירָא כִּי גְאַלְתִּיךָ קָרָאתִי בְשִׁמְךָ לִי־אָתָּה כִּי־תַעֲבֹר בַּמַּיִם אִתְּךָ־אָנִי וּבַנְּהָרוֹת לֹא יִשְׁטְפוּךָ כִּי־תֵלֵךְ בְּמוֹ־אֵשׁ לֹא תִכָּוֶה וְלֶהָבָה לֹא תִבְעַר־בָּךְ

音譯 / Transliterashon:

'Al-tira' ki ge'altikha, qarati veshimkha li-'attah. Ki-ta'avor bammayim 'ittekha-'ani, uvanneharot lo yishṭefukha; ki-telekh bemo-'esh lo tikkaweh welehavah lo tiv'ar-bakh.

七十士譯本希臘文 (Septuagint Greek):

μὴ φοβοῦ, ὅτι ἐλυτρωσάμην σε· ἐκάλεσά σε τὸ ὄνομά σου· ἐμὸς εἶ σύ. καὶ ἐὰν διαβαίνῃς δι᾽ ὕδατος, μετὰ σοῦ εἰμι, καὶ ποταμοὶ οὐ συγκλύσουσίν σε· καὶ ἐὰν διέλθῃς διὰ πυρός, οὐ μὴ κατακαυθῇς, φλὸξ οὐ κατακαύσει σε.

音譯 / Transliterashon:

Mē phobou, hoti elytrōsamēn se; ekalesa se to onoma sou; emos ei sy. Kai ean diabainēs di' hydatos, meta sou eimi, kai potamoi ou synklysousin se; kai ean dielthēs dia pyros, ou mē katakkauthēs, phlox ou katakausei se.

翻譯:

「你不要害怕！因為我救贖了你。我曾提你的名召你，你是屬我的。你從水中經過，我必與你同在；你趟過江河，水必不漫過你；你從火中行過，必不被燒，火焰也不著在你身上。」

釋義 / EKSIJISIS:

GOD SEI: "NOT FIA! AI HAV RIDIIMD YU. AI KOLD YUA NEIM. YU BILONG SU MI. WEN YU PAS TRU WATA — AI WID YU. WEN RIVA FLOD — DEI NAI NOT OVAWELM YU. WEN YU WOK TRU FAIA — YU NAI NOT BI BOND."

גְּאַלְתִּיךָ（ge'altikha，「我救贖了你」）——這是至近親屬的責任（גֹּאֵל go'el，至近救贖者）。上帝將自己比作你最親近的家人，有責任將你從奴役中贖回。קְרָאתִי בְשִׁמְךָ（qarati veshimkha，「我用你的名字呼召了你」）——上帝知道你的名字。你不是無名的、可有可無的——你是被上帝親自點名呼召的。

כִּי־תַעֲבֹר בַּמַּיִם（ki-ta'avor bammayim，「當你經過水中」）——注意：上帝沒有說「如果」，而是「當」。苦難是必經的，但你不是獨自經過。אִתְּךָ־אָנִי（'ittekha-'ani，「我與你同在」）——在洪水中、在火中、在你最深的掙扎中——「我與你同在。」

Ge'altikha ("Ai ridiimd yu") — dis ez dei responsibliti ov dei kinsman-ridiima (go'el). God kompaer Himsef su yua klozest famili memba, wid responsibliti su bai yu bak fra slaveri. Qarati veshimkha ("Ai kold yua neim") — God noh yua neim. Yu ez not neimles, not disposabel — yu ez pasonali kold nai neim nai God.

Ki-ta'avor bammayim ("wen yu pas tru wata") — notis: God not sei "if" bot "WEN." Soferin ez inevitabel, bot yu ez not passin tru it ALON. 'Ittekha-'ani ("Ai ez wid yu") — kin dei flod, kin dei faia, kin yua dipest strogel — "AI EZ WID YU."

實際操練步驟 / PRAKTIS STEPS — 當自殺念頭來臨時 / WEN SUISAIDAL TOTS KAM

(Medefaidrin) & 中文 **(Chinese):**

STEP WAN / 第一步：**RIKANAIS DEI LIE /** 辨認謊言

DEI TOT "DEI WOLD BETER WIDAUT MI" EZ A LIE FRA DEI ENEMI (ὁ ἀντίδικος ho antidikos). DEI TRUT: YU EZ IRREPLASABEL KIN GOD'S PLAN.

「這世界沒有我比較好」這個想法是來自仇敵（ὁ ἀντίδικος，控告者）的謊言。真相是：你在上帝的計畫中是不可取代的。

STEP TU / 第二步：**SPIK DEI WOD /** 開口宣告聖言

SPIK ALAUD: "קָרוֹב יְהוָה לְנִשְׁבְּרֵי־לֵב" — "QAROV YHWH LENISHBEREI-LEV" — "GOD EZ NIA SU MAI BROKN HAT."

大聲宣告：「耶和華靠近傷心的人」——用聲音抵擋黑暗。上帝的話語就是聖靈的寶劍（τὴν μάχαιραν τοῦ πνεύματος tēn machairan tou pneumatos, 以弗所書 6:17）。

STEP TRI / 第三步：**PREIA — NOT ALON /** 禱告——不要獨自面對

μηδὲν μεριμνᾶτε — "Not bi angshus abaut enitin" — PREIA. Sei su God egzaktli wot yu filin. Hi kan handl yua honesti. En RECH AUT — kol a fren, a pasta, a kaunselr. Yu woz not disaind su fait alon.

「應當一無掛慮」——禱告。將你真實的感受如實告訴上帝，他能承受你的真心話。並且伸出手——打電話給朋友、牧師、輔導者。你不是被設計來獨自作戰的。

STEP FO / 第四步：**RIMEMBA — NOTIN SEPAREIT /** 記得——沒有什麼能隔絕

οὔτε θάνατος οὔτε ζωή... δυνήσεται ἡμᾶς χωρίσαι ἀπὸ τῆς ἀγάπης τοῦ θεοῦ — "NIDA DET NO LAIF KAN SEPAREIT OS FRA GOD'S LOV."

「無論是死、是生……都不能叫我們與上帝的愛隔絕。」——即使你的感受告訴你上帝遠離了，真相是：他的愛永遠不會離開你。感覺不是事實。上帝的話才是。

STEP FAIV / 第五步：**HOLD ON — TIKVAH /** 抓住——盼望

תִּקְוָה (tikvah) — "dei rop ov hop." Hold on su dei rop. Won mo dei. Won mo awa. God's plan fo yu ez SHALOM — not ivil. Yua pein wil not last foreva. Bot God's lov wil.

תִּקְוָה（tikvah）——「盼望之繩」。抓住這條繩子。再一天。再一個小時。上帝對你的計畫是שָׁלוֹם（平安/完整）——不是邪惡。你的痛苦不會持續到永遠。但上帝的愛會。

結語 / KONKLUSHON: DEI WEI OV DEI KRISTIAN STOIK SOJA / 基督徒斯多亞精兵之道

(Medefaidrin) & 中文 **(Chinese):**

DEI KRISTIAN STOIK IZ NOT WAN HU FIL NOTIN — BOT WAN HU FIL EVRITIN, YET LET DEI HOLI SPIRIT RUL OVA HIS EMOSHONZ.

基督徒斯多亞的心態不是什麼都不感覺——而是感受一切，卻讓聖靈管治他的情感。

DEI SOJA OV KRAIST IZ NOT WAN HU NEVA FOL — BOT WAN HU OLWEIZ STAND OP AGEN, KLOD KIN DEI PANOPLIA OV GOD.

基督的精兵不是從不跌倒的人——而是總是再次站起來、穿戴著上帝全副軍裝的人。

最終摘要經文 / FAINAL SAMARI SKRIPTURA:

Koine Greek / 新約希臘文**:** ἀντίστητε τῷ διαβόλῳ, καὶ φεύξεται ἀφ' ὑμῶν· ἐγγίσατε τῷ θεῷ, καὶ ἐγγιεῖ ὑμῖν. (雅各書 James 4:7b-8a)

音譯**:** *Antistēte tō diabolō, kai pheuxetai aph' hymōn; engisate tō theō, kai engiei hymin.*

Peshitta Syriac / 別西大譯本**:** ܠܐܟ ܦܠ ܗܘ ܕܒܥܠ ܡܢ ܟܘܬܟ ܘܢܗܪܒ ܡܢ ܟܘܬܟ ܘܩܪܒ ܠܐܠܗܐ ܘܢܩܪܒ ܠܟ

音譯**:** *Qumu luqval saṭana w'ne'ruq menkhun. 'Ethqaravu lwath Alaha w'nethqarav lkhun.*

翻譯:「你們要順服上帝，抵擋魔鬼，魔鬼就必離開你們逃跑了。你們親近上帝，上帝就必親近你們。」"Resist the devil, and he will flee from you. Draw near to God, and He will draw near to you."

FAINAL WOD:

YU EZ A SOJA. YU EZ LOVD. YU EZ NOT ALON. STAND OP. PUT ON DEI ARMA. DEI BATAL EZ RIEL — BOT DEI VIKTORI EZ OLREDI WON KIN KRAIST.

最後的話:

你是精兵。你是被愛的。你不是孤單的。站起來。穿上軍裝。爭戰是真實的——但勝利已經在基督裡得勝了。

Gloria su God. 願榮耀歸與上帝。阿們。*Soli Deo Gloria. Amen.*